

健康心理学フェア2018

# 健康 × 心理学 =

10月6日(土)

10:00~16:00

入場無料・自由

明々館5F

## 「音楽療法って何？」

講師：小島 寿子 先生

A509 12:00~13:30

音楽の力を活用し心身の健康維持、回復を図る音楽療法の紹介をします。子どもから高齢者まで行える活用法を、簡単なワークショップで体験できます。誰でもできる内容となっていますので安心してご参加ください。

## 「初学者に語る研究活動の面白さ」

講師：尼崎 光洋 先生

A508 14:00~15:30

学部生も修士の学生も気負いなく参加できる講演です。桜美林大学の卒業生である尼崎氏は、約10年間の研究活動を通じ経験した研究活動の面白さや論文を書き上げるポイントをご紹介してくれます。

## 太極拳

A510

— 心身を整える —

中国人留学生による太極拳の紹介  
実際に体験できるコーナーも準備しています

## 健心トピックス

A506

— 心身を知る —

自分の健康に自信がありますか？  
健康の知識はありますか？  
「心理学」の視点から  
あなたの健康をお助けします！  
食、睡眠、ダイエット、運動などの  
様々な問題を紹介します

お菓子やお茶も用意しています お気軽にご参加ください